

健康ガイド



10月の休日当番病・医院

診療時間 | 内科、外科 = 9時～17時
歯科 = 9時～12時

ホームページでもご覧になれます

☎健康支援課 ☎(32)6407

10/7
日

内科 さくらファミリークリニック
☎(55)6526

外科 とまこまい脳神経外科
☎(75)5111

歯科 すずらんファミリー歯科
☎(74)1018

10/8
月

内科 横山内科消化器科
☎(74)0011

外科 とよた腎泌尿器科クリニック
☎(31)2000

歯科 北栄こども歯科
☎(53)1331

10/14
日

内科 錦岡医院
☎(67)0013

外科 同樹会苦小牧病院
☎(36)1221

歯科 いしざわ歯科クリニック
☎(68)4618

10/21
日

内科 とまこまい北星クリニック
☎(57)8000

外科 苦小牧日翔病院
☎(72)7000

歯科 いずみファミリー歯科
☎(55)0774

10/28
日

内科 桜木ファミリークリニック
☎(71)2351

外科 ハート整形ペインクリニック
☎(38)7000

歯科 あがた歯科
☎(37)8148

夜間・休日急病センター

所在地 | 旭町2-9-2 ☎(32)0099

診療科目 | 内科、小児科

診察時間 | 平日 午後7時～翌朝7時
土曜日 午後2時～翌朝7時
休日 午前9時～翌朝7時

救急時、受診先が分からないときは
☎「北海道救急医療・広域災害情報システム」
☎0120(20)8699、携帯電話・PHSの方は
☎011(221)8699

夜間子どもが急病にかかったとき
☎「小児救急電話相談」
☎#8000または☎011(232)1599

子どものための健診・教室

☎教育・福祉センター 3階
☎健康支援課 ☎(32)6411

名称	とき	対象	内容	その他
パパママ教室	21日(日) 10時～12時	妊娠4～8カ月の 初妊婦とその夫 定36組 抽選	もく浴実習、お父 さんの妊婦体験 (Tシャツ着用)、 ビデオ学習	4日(休)、5日(金) に健康支援課へ
赤ちゃん教室 「2か月児」	25日(休) 9時30分～11時30分	30年8月生まれの子*と親 定40組 申し込み順	離乳食の進め 方、赤ちゃんの 育ち方、母親交 流会	開催日の2日 前までに健康 支援課へ
赤ちゃん教室 「7か月児」	12日(金)、19日(金) 14時15分～16時	30年3月生まれの子*と親 定30組 申し込み順	12日=これからの 発達を考えよう、 歯を守りましょ う 19日=離乳の進 め方、赤ちゃん と遊びましょ	※対象月を過 ぎたお子さん についてはご 相談ください
赤ちゃん教室 「12か月児」	24日(水) 9時30分～11時	29年10月生まれの子*と親 定30組 申し込み順	元気に遊ぼう 親子遊び、母親 交流会	
「1歳6か月児」 健康診査	16日(火) 9時30分～ 10時45分、13日(木) 9 時30分～10時45分	29年3月生まれの子(2歳未満の未 受診児についても ご相談ください)	心身の発達状況 の確認	対象者に通知
「3歳児」 健康診査	17日(水) 13時～14 時30分、18日(木) 9 時30分～10時45分、 13時～14時30分	27年9月生まれの子(4歳未満の未 受診児についても ご相談ください)		
BCG接種 ☎(32)6407	1日(月)、22日(月) 接種開始時間=いず れも14時から (受付=13時30分～ 14時30分) 直接会場へ	生後3カ月～1歳 に至るまでの乳児	(注)1. 標準的な接種年齢は生後5～8 カ月 2. 接種できない方 ●ジフテリ ア・百日せき・不活化ポリオ・破傷風、ヒ ブ、小児用肺炎球菌予防接種後6日以上 たっていない方 ●37.5度を超える発熱 があったり、重い病気の方や以前に予防 接種で強いアレルギー反応があった方 持母子健康手帳、予診票、バスタオル 保護者同伴。接種後27日間は他の予 防接種は受けられません	

市民健康教室

70とまチョップポイント ☎健康支援課
☎(32)6407

とき	ところ	内容	申し込み
4日(休) 13時から	見山東福祉 センター	なの花薬局若草店薬剤師による「薬と健康食品の違い?」の講演、保健師による健康講話と血圧測定	直接会場へ

5歳児発達相談

☎健康支援課
☎(32)6411

対象	案内発送予定時期	内容
平成25年4月2日～ 平成26年4月1日生 まれの子	4月2日～9月生まれ=発送 済み、10月～12月生まれ=9 月末頃、1月～4月1日生ま れ=11月末頃	セルフチェック表でお子さんの特徴 や傾向を知り、気になることがあ ればご相談ください。心配なことがあ る方は早めにご相談ください

乳がん市民公開講座 ～10月はピンクリボン月間です～

100とまチョップポイント ☎健康支援課
☎(32)6407

とき	ところ	内容	申し込み
20日(出) 14時～15時30分	医師会館	がんの語り手による講演、特別講演「母として女性として乳がんのこと知りたい」 定100人	直接会場へ

対がん協会のがん検診

100とまチョップポイント ☎健康支援課
☎(32)6407

実施がん検診	とき	ところ	定員	申し込み
胃・肺・大腸・ 子宮・乳	★12月1日(出) 受付場所・時 間 市役所1階ロビー=7時 ～7時20分、のぞみコミセン =7時15分～7時45分 ※札幌 幌の会場まで無料バスで送迎	北海道 対がん 協会	50人	25日(休)～★ 11月7日(水) に健康支援 課へ(申し 込み順)